

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Perguruan tinggi pasti mempunyai visi dan misi yang bertujuan mampu mencetak kader-kader yang tidak hanya menguasai ilmu secara teorinya saja, tetapi juga menguasai penerapan dalam teorinya yang telah diajarkan sehingga mampu membentuk lulusan atau kader masa depan yang dapat diandalkan dan profesional (Ririn & Asmidir, 2013).

Terbentuknya lulusan yang profesional tidak terlepas dari faktor peserta didik atau yang biasa di sebut mahasiswa. Kartono (Mira, 2011) menjelaskan Mahasiswa adalah remaja yang menuntut ilmu di perguruan tinggi, masa remaja ini adalah masa yang penuh dengan tantangan dan menuntut remaja untuk menentukan sikap serta pilihan. Leontopoulou (2012) mengungkapkan bahwa adanya transisi yang dari siswa menjadi mahasiswa menimbulkan dampak negatif yaitu masalah akademik psikologis dan emosi.

Yusuf (2011) menggambarkan fase-fase perkembangan individu yang dimana kisaran usia mahasiswa itu berada pada rentang 18-25 tahun hal ini menunjukkan bahwa mahasiswa masih berada pada usia remaja yang memiliki banyak tantangan. Santrock J. W.(2002) mengatakan bahwa remaja memiliki kondisi afeksi yang masih labil. Hal tersebut menimbulkan masalah seperti sulit dalam beradaptasi dan masalah-masalah afeksi lainnya. Meskipun demikian mereka juga berpeluang berubah memiliki kondisi afeksi yang positif. Akhirnya timbul beberapa masalah seperti sulit beradaptasi dengan lingkungannya serta timbulnya masalah-masalah kesehatan Leontopoulou & Trilivia (2012). Hal tersebut membuat mahasiswa semakin memiliki tantangan yang semakin besar dalam kehidupannya.

Mahasiswa saat ini hidup di era globalisasi sehingga memiliki banyak tantangan di hidup mereka. Hal tersebut juga dijelaskan lebih lanjut oleh Fahrudin (2011) bahwa mahasiswa terdampak era globalisasi memunculkan berbagai

kenakalan remaja seperti narkoba, penyimpangan seksual dan penyimpangan penyakit kejiwaan yaitu stress, depresi dan hal-hal negatif lainnya.

Kesejahteraan subjektif memiliki peran yang sangat penting dalam kehidupan manusia. Myers (Leontopoulou, 2012) mengatakan bahwa individu yang memiliki kesejahteraan subjektif yang tinggi maka memiliki kesehatan yang lebih baik pula dibandingkan dengan mereka yang memiliki kesejahteraan subjektif yang rendah. Frish (2004) mengungkapkan bahwa individu yang memiliki kesejahteraan subjektif yang tinggi juga dapat memiliki ketahanan terhadap tekanan, stress dan depresi.

Berdasarkan penelitian Kzogsizoglu (2014) tentang kesejahteraan subjektif yang subjeknya mahasiswa menunjukkan bahwa 57,33% memiliki kesejahteraan subjektif pada kategori sedang. Sedangkan penelitian yang dilakukan di Indonesia menunjukkan kesejahteraan subjektif mahasiswa pada kategori sedang sebesar 97,84% dan pada kategori tinggi sebesar 2,52% (Intan, 2013). Hal tersebut menunjukkan bahwa kesejahteraan subjektif pada mahasiswa tergolong sedang dan masuk dalam kategori baik. Berbeda halnya dengan mahasiswa yang memiliki kesejahteraan subjektif yang rendah dan tentunya akan berdampak pada kehidupan mereka.

Kesejahteraan subjektif yang rendah memiliki beberapa dampak antara lain munculnya kecemasan yang kemudian menjadikan mereka memiliki motivasi yang rendah dan koping stress yang rendah pula Mukhlis (2015). Dampak lainnya adalah lebih rentan terhadap stress dan depresi karena pada dasarnya kesejahteraan subjektif memiliki hubungan negatif pada permasalahan psikologis seperti depresi dan stress (Park, 2004).

Penelitian tentang kesejahteraan subjektif dilakukan oleh Rohmad (2014) di Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Surakarta pada bulan Februari. Dari pengambilan data awal yang sudah dilakukan pada 129 mahasiswa yang terdiri dari 36 laki-laki dan 93 perempuan yang berusia antara 19-25 tahun. Adapun cara pengambilan data awal dengan membagikan angket terbuka yang menanyakan tentang kesejahteraan subjektif. Kemudian dari jawaban subjek, subjek merasa sejahtera ketika keinginan subjek terpenuhi sebanyak 30.2%,

kebutuhan subjek terpenuhi sebanyak 26.3%, hidup damai, nyaman, tentram sebanyak 16.3%, dapat mensyukuri dengan yang subjek telah miliki sebesar 8.6%, hidup mandiri sebesar 6.2%, dekat dengan keluarga sebesar 6.2%, ketika kaya (punya uang) sebesar 4.6% dan dapat berguna bagi orang lain/kebermaknaan hidup sebesar 1.6%.

Berdasarkan paparan diatas dapat dilihat bahwa kesejahteraan subjektif pada mahasiswa sangat memiliki dampak yang begitu besar pada kehidupannya. Dampak rendahnya kesejahteraan subjektif berdampak pada permasalahan emosi dan psikologis.

Permasalahan kesejahteraan subjektif yang rendah juga dialami beberapa mahasiswa baru seperti yang telah di ungkapkan oleh oleh 3 mahasiswa baru yang menjadi subjek penelitian. di lakukan pada tanggal 10 juli 2018 yang telah di lakukan oleh peneliti:

“ awal kuliah ya kaya masih adaptasi gitu mbak, tidur gak teratur dan suka begadang. Semester pertama nilai gak karuan mbak dan saya stress karena dari keluargaku itu selalu mendewakan nilai, sampai saya gak berani pulang kampung, intinya saya sempet stress berat mbak”(subjek 1).

“ jadi awal aku kuliah itu merasa tertekan gimana gitu mbak, kan awalnya aku pengen kerja dulu eh mas-mas ku malah nyuruh aku kuliah dan hal itu itu membuat aku tertekan dan mudah stress mbak kenapa aku tertekan karna pasti keluargaku berharap aku bisa berprestasi tapi aku bukan tipe anak yang pinter jadi malah akunya yang tertekan dan mudah banget stress sampe sakit mbak.”(subjek 2).

“pengalaman pertama aku kuliah itu rada mudah cemas an mbak, ditambah pada dasarnya aku minder an orangnya, ya udah mbak makin menjadi-jadi deh rasa cemas ku dan kadang kalau ada hal yang tak sesuai harapan langsung stress dan kalau aku sudah stress sampai gak nafsu makan dan aku pernah gak makan dua hari mbak, minum tok sudah kenyang, hehehe.”(subjek 3).

Hasil interview diatas dapat di tarik kesimpulan bahwa menjadi mahasiswa baru membuat subjek mudah stress serta tertekan dengan kehidupan barunya dengan menjadi mahasiswa. Hal tersebut dapat diartikan bahwa subjek memiliki kesejahteraan subjektif yang rendah.

Beberapa faktor yang mempengaruhi kesejahteraan subjektif adalah kesehatannya (kesehatan subjektif), kepribadian, kemakmuran, kebutuhan-kebutuhan dasar, pernikahan, agama yang dicerminkan dalam sikap religiusitas (rasa syukur), pendidikan dan bagaimana individu mampu memecahkan masalahnya. (Mardha dan Hadi, 2010).

Kebersyukuran adalah salah satu faktor yang mempengaruhi kesejahteraan subjektif (Emmons & McCullough, 2003). Memiliki rasa syukur yang tinggi juga menjadi salah satu bukti bahwa manusia bisa dikatakan memiliki ahlak yang mulia, bahkan sikap syukur juga merupakan konsep keimanan sama halnya dengan yang dikatakan jauziyah (2006) mengungkapkan bahwa iman terdiri dari dua hal yaitu syukur dan sabar.

Penelitian dari Overwalle (Muklis & Koentjoro 2015) mengungkapkan bahwa orang dengan rasa syukur yang tinggi memiliki kebahagiaan yang lebih besar, harapan serta kebanggaan dibanding dengan orang yang kurang bersyukur. Muklis & Koentjoro (2015) membuktikan adanya pengaruh dalam pelatihan bersyukur terhadap siswa yang akan menghadapi Ujian Nasional. Pemaparan di atas, dapat di simpulkan bahwa kebersyukuran memiliki hubungan dengan kesejahteraan subjektif.

Kebersyukuran adalah suatu ciri bentuk pribadi yang mampu berfikir positif dan mempresentasikan hidupnya menjadi lebih positif Wood (2010). Sedangkan Kesejahteraan subjektif erat hubunganya bagaimana individu berfikir dan merasakan akan kehidupannya baik dari segi kognisi maupun emosi seperti kepuasan kerja, perkawinan dan kualitas emosi positif atau negatif Diener (2000). Sama halnya dengan Hawari (2002) mengemukakan bahwa religiusitas yang dalam bentuk agama mampu meningkatkan kesejahteraan seseorang.

Penelitian yang dilakukan oleh Utami (2009) dengan judul keterlibatan dalam kegiatan dan kesejahteraan subjektif mahasiswa menyatakan bahwa mahasiswa yang mengikuti kegiatan ekstra kulikuler baik di dalam maupun luar kampus memiliki kesejahteraan subjektif yang lebih tinggi dibanding yang tidak mengikuti kegiatan.

Penelitian yang dilakukan oleh Rohmad (2014) dengan judul hubungan antara dukungan sosial dengan kesejahteraan subjektif pada mahasiswa fakultas psikologi Universitas Muhammadiyah Surakarta. Menyatakan bahwa semakin tinggi dukungan sosial yang diterima individu maka semakin tinggi pula kesejahteraan subjektif pada individu, begitu pula sebaliknya.

Penelitian yang telah dilakukan oleh Berlita (2014) yang berjudul “hubungan antara sikap syukur dengan kesejahteraan subjektif siswa MAN I Yogyakarta” bahwa terdapat hubungan yang positif dan sangat signifikan antara rasa syukur dengan kesejahteraan subjektif pada siswa MAN 1 Yogyakarta.

Berdasarkan penelitian yang juga dilakukan oleh Pramitasari (2016) yang berjudul “hubungan antara kebersyukuran dengan kesejahteraan subjektif pada guru SMA Negeri 1 Sewon” bahwa terdapat hubungan yang positif dan signifikan antara kebersyukuran dengan kesejahteraan subjektif, semakin tinggi rasa syukur maka semakin tinggi pula kesejahteraan subjektif begitu pula sebaliknya.

Penelitian ini memiliki kesamaan dengan penelitian-penelitian sebelumnya baik dari segi metode maupun variabelnya namun terdapat beberapa perbedaan yaitu populasinya mahasiswa baru unissula dan lokasinya berada di Semarang.

B. Perumusan Masalah

Berdasarkan pembahasan di atas, maka rumusan masalah yang akan diteliti adalah Apakah ada hubungan antara kebersyukuran dan kesejahteraan subjektif pada mahasiswa baru?

C. Tujuan Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara kebersyukuran dengan kesejahteraan subjektif pada mahasiswa baru

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberi tambahan pemikiran yang ilmiah dalam ilmu psikologi dalam mengkaji kesejahteraan subjektif mahasiswa baru.

2. Manfaat Praktis

- a. Penelitian ini diharapkan mampu memberikan gambaran kepada mahasiswa tentang hubungan kebersyukuran dan kesejahteraan subjektif pada mahasiswa baru.
- b. Penelitian ini memberikan pengertian dan masukan kepada para mahasiswa baru tentang pengembangan diri mahasiswa hususnya tetang meningkatkan kesadaran diri pada mahasiswa betapa pentingnya bersyukur supaya mampu merasakan kesejahteraan subjektif kedalam kategori yang baik.